



**PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM
TERAPIA ATRAVÉS DO MOVIMENTO. CORPO E SUBJETIVAÇÃO.**

***O Pensamento Movente de um corpo que dança
(ou a necessidade de se criar um estilo para falar de Movimento Sensível).***

Aluna: Soraya Jorge

Orientação: Hélia Borges

Julho de 2009

Uma questão, como colocá-la? Começar pelas dificuldades? Danço porque sinto a dança. Danço porque danço em mim. Danço porque me é trabalhoso tanto quanto me é fácil. Danço porque é um limite, por isso um contorno. E por ser contorno, me contraio e me expando. Danço porque não sei dançar. Danço porque sou feliz dançando, porque me angustio quando danço, porque me organiza e me coloca em caos. Danço por quero encontrar. Danço porque no encontro me perco e uma nova construção se inicia dentro de um contínuo processo de desdobramentos de mim, dos assuntos que falam, que me movem.

AGRADECIMENTOS

À Hélia Borges, em primeiro lugar, por ter aceitado ser minha orientadora e pelos pensamentos que tanto me movem.

À Angel Vianna, pelos seus ensinamentos, pela realização de sonhos e por me ter na Escola como aluna e professora.

À Juliana Pólo, pela presença e disponibilidade de escuta.

Ao Rainer Vianna, por ter me iniciado na arte de dançar .

À Janet Adler, por acreditar em minhas (estranhas) experiências corporais, testemunhando-me e partilhando a sua trajetória.

Ao Guto Macedo, pelo encontro de novos caminhos de vida e de pesquisa do Movimento.

À Alluana Ribeiro pelo incentivo, inspiração e trabalho na descoberta poética das palavras.

À todos os meus alunos, professores e colegas de trabalho dessa Pós- Graduação e de todos os tempos.

RESUMO

Esta monografia debruça-se na busca de um encontro da experiência sensível do corpo com alguns pensamentos modernos e contemporâneos que enfocam o movimento corporal em seus aspectos políticos, pedagógicos e artísticos. Trazendo uma série de perguntas sobre como abordar este encontro – seus atritos e acoplamentos - ela investiga a possibilidade de criação de um estilo que dê conta deste encontro. Por isso, neste percurso, usei nomear alguns aspectos da experiência corpórea de “Movimento Sensível” e “Pensamento Movente”.

A monografia está estruturada a partir de duas abordagens corporais de movimento: a Conscientização do Movimento e Jogos Corporais, por Angel Vianna e o Movimento Autêntico, por Janet Adler. E foi a partir da experiência corporal sensível experimentada nestas abordagens, e na articulação que ambas possuem coma palavra, que busquei tecer as (perigosas) relações entre corpo e palavra.

Ao final, trago alguns depoimentos de alunos da própria Pós Graduação para uma melhor contribuição no campo didático.

Palavras-chave: Conscientização do Movimento. Movimento Autêntico. Movimento Sensível. Pensamento Movente. Corpo. Escrita.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO

Reflexões da Experiência: um pensamento movente..... p. 6

CAPÍTULO 1

Movimento Autêntico: a Arte de Mover e ser Movido..... p. 11

CAPÍTULO 2

Conscientização do Movimento: um burilar reflexivo de estados de presença..... p. 24

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mover, uma poética de si p. 29

ANEXOS

Depoimentos das aulas de Improvisação/ Movimento Autêntico..... p. 35

BIBLIOGRAFIA p. 45

INTRODUÇÃO

Reflexões da Experiência: um pensamento movente

“A linguagem é uma pele: fricciono minha linguagem contra o outro. Como se eu tivesse palavras à guisa de dedos, ou dedos na ponta de minhas palavras. Minha linguagem treme de desejo...” (BARTHES, 2007, p. 99).

Trago, neste estudo, perguntas que atravessam diariamente minhas práticas e estudos sobre o que chamo “Movimento Sensível” do corpo e o “Pensamento Movente”-ambos em relação com a escrita e a fala. Como a palavra pode tocar o corpo e ser sentida? Sentida em sensações e nelas fazer sentido no processo de conectar, de pensar, de entrar em estado de criação. Existem palavras sensíveis, ou conceitos sensíveis que falam da experiência de forma a se aproximarem da dança? O que chamo de “Movimento Sensível”, de “Pensamento Movente”? Perguntas atormentadas pelos encontros e desencontros entre corpos e palavras, ambos já povoados de idéias preconcebidas e de inesperadas explosões criativas.

Durante a Pós-Graduação na Escola e Faculdade Angel Vianna - **Terapia Através do Movimento: Corpo e Subjetivação** - li e reli alguns textos teóricos de autores como: Gilles Deleuze e Félix Guatarri, Jacques Rancière, Donald Winnicott, William Reich, José Gil, Peter Pál Pelbart, entre outros; estes pesquisadores me despertaram a possibilidade de buscar uma palavra que seja própria do movimento, em sua existência de escrita ou/e falada. Autores que legitimam, de certa forma, no espaço da academia o encontro do pensamento encarnado do corpo/no corpo.

Deste modo, dou continuidade a minha pesquisa pessoal nesta monografia com uma reflexão atualizada de algumas abordagens corporais que venho investigando há alguns anos a partir destes autores, mais especificamente o *Movimento Autêntico* de Janet Adler, e a *Conscientização do Movimento E Jogos Corporais* de Angel Vianna. (estarei usando apenas *Conscientização do Movimento* ao falar do método Angel Vianna).

Sendo a academia tradicionalmente lugar de produção de conceitos, de um experimentar do conceito que muitas vezes foge da compreensão de nós, bailarinos, dançarinos, movedores em contato com sensações e percepções particulares de nossas próprias práticas, quais serão as perguntas que fazem desta monografia uma reflexão legítima dentro do modelo acadêmico? Como legitimar um “Pensamento Movente”, uma escrita sensória?

“É aquela história: o conceito não existe sozinho. O conceito, ao mesmo tempo que cumpre sua tarefa, ele faz ver coisas, está ligado aos perceptos. E o percepto, a gente o encontra em um romance. Há uma comunicação perpétua entre conceito e percepto”¹. (DELEUZE, 1988-1989, p.46).

Parto da necessidade de criar um estilo para falar do que chamarei “Movimento Sensível” e “Pensamento movente”. Movimento que é sensação e pensamento que busca caminhos de existência próprios, encarnando várias formas de ser arte, vida, de observar, desconstruir e criar novos padrões. Movimento que sutilmente, antes mesmo de acontecer, já é gesto espontâneo. Gesto que desenha finura de textura, que simplesmente dá sentido sem necessariamente dizer algo de forma lógica, que captura o olhar do observador (este em estado de encontro com aquele que vive o gesto). Então, neste momento, uma nova questão se coloca: quais serão os desdobramentos, expansões e possibilidades de movimento e pensamento que podem surgir deste lugar?

Aposto nesta via de mão dupla entre práticas e reflexões. Via na qual tanto sensações quanto pensamentos e palavras desembocam em propostas de improvisação (que vão em busca de outras maneiras de estimular o campo da criação...). Aposto na criação de linguagem a partir de uma fala de Tomaz Tadeu sobre Deleuze:

“Ter estilo é criar uma língua nova dentro da própria língua, é subverter a sintaxe, é colocar a língua em desequilíbrio.” (TOMAZ, 2008, p. 6).

Esta monografia é continuidade de uma pesquisa. Em nenhum momento pretendo colocar meus encontros com os autores de forma a compreendê-los em sua totalidade. Esboço aqui um impulso de movimento, e corporifico este impulso na improvisação estudada. Como no suor dos ensaios da dança, busco o encontro com as palavras e com os gestos que me fazem presente. Este processo se dá no mover-se pelo percurso do dia a dia. Daí uma nova questão: como fazer das palavras Corpo e nelas expressar o movimento das sensações? Existem palavras que podem se aproximar do que chamo de “Movimento Sensível”, de “Pensamento Movente”? Que lugar tem a linguagem nessa tentativa de expressão singular? Como ela se encontra

¹ “Os perceptos fazem parte do mundo da arte. O que são os perceptos? O artista é uma pessoa que cria perceptos. Por que usar esta palavra estranha em vez de percepção? Porque perceptos não são percepções. O que é que busca um homem de Letras, um escritor ou um romancista? Acho que ele quer poder construir conjuntos de percepções e sensações que vão além daqueles que as sentem. O percepto é isso. É um conjunto de sensações e percepções que vai além daquele que a sente.” DELEUZE, Gilles. TRANSCRIÇÃO INTEGRAL DO VÍDEO, PARA FINS EXCLUSIVAMENTE DIDÁTICOS DO *ABECEDÁRIO DE GILLES DELEUZE* In <http://www.ufrgs.br/corpoarteclinica/obra/abc.prn.pdf>, p. 46

com a experiência do corpo em movimento? Rolamentos, contato com o chão e com o outro, deslocamentos, desenhos gestuais lançados no espaço.

Falo do movimento em si. Da reflexão sobre o movimento. De um pensamento construído em gesto. Da palavra em constante contaminação entre linguagens. Mas que liberdade podemos ter para brincar com a linguagem, improvisar com as frases encontrando proximidades, distanciamentos, contatos; com a vitalidade da dança, dos movimentos percorridos por sensações? Como encontrar a intimidade das palavras para estar na fronteira entre o sentido e o pensado (já que entendo, em meu corpo, que ambos estão juntos)?

“Falo de corpo. De experiência. De existência. De percurso. De lapsos. De intervalos e de vazios. De encontros e de vertigem. De movimento e de espaço. De paixão. De pele e de intestino. De angústia. De alargamento. De muitos ossos. De olhos. Do pequeno. Do pensamento. Das linhas. Da esfera. Dos afetos. De nós. Das dobras. (Do entre. Do dentro aflora. Quem sabe fora)”².

“Como se deixa a consciência invadir pelo corpo? (...).Deixar-se “invadir”, “impregnar” pelo corpo significa principalmente entrar na zona das pequenas percepções. A consciência vígil, clara e distinta, a consciência intencional que visa o sentido do mundo e que delimita um campo de luz, deixam de ser grávidas em proveito das pequenas percepções e do seu movimento crepuscular.” (GIL, 2005, p. 130).

Estar nas sensações do movimento é estar no limite, como também diz José Gil, entre o sentido e o pensado: “Eis como um movimento do corpo se torna movimento de pensamento”. As palavras vêm sendo sentidas em suas potências de gerar movimento – do corpo e do pensamento. A palavra é um movimento provocador, e com ela o toque, o olhar, a maneira de propor, de convidar e testemunhar um traçado sensório que dança, que move, se desloca, vai-se junto, afetando e sendo afetado por vários fios como de uma trança.

Estou pesquisando a possibilidade de uma escrita como co-moção, de um pensamento como movimento e do movimento corporal como caminho para se fazer conexões. A escrita como apropriação corpórea que estabelece relações, sem que suas formas desenhem fixidez, fôrmas, mas que criem estilos, poéticas, afetos, energia propulsora de vida. Por isso, o tom de minha escrita nesta monografia é mais pessoal que o esperado de um trabalho acadêmico - porque assim vivo o movimento.

² Fala de minha autoria proferida em aula de pós graduação.

Não se trata de uma reflexão nem exclusivamente teórica, nem apenas da experiência sobre o movimento, mas trata-se de, trazendo as abordagens corporais que venho investigando, abrir possibilidades de outras relações entre corpo e palavra, movimento e pensamento, teoria e prática; que busquei fazer ao nomear “Movimento Sensível” e “Pensamento Movente”.

A minha jornada apaixonada pelo movimento corporal sensível faz-me procurar insistentemente autores/ interlocutores para um diálogo de perguntas e respostas sem fim. Em anos de prática, de trocas de palavras vivas no encontro diário com os alunos/colegas, parcerias diferentes foram e vão se estabelecendo. Criadores, cocriadores de caminhos de investigação: trazer seus nomes é também narrar minha história, reescrevendo conceitos a partir de minha experiência como dançarina, movedora, professora.

Neste caminho, nomeio as abordagens que utilizo, os elementos que começam a fazer parte de um movimento maior de construções e desconstruções. *Conscientização do Movimento* e o *Movimento Autêntico* foram escolhidos para meu foco de pesquisa, pois neles experiência e palavra são articuladas de forma a poderem ser vividas em diálogos de atritos e possibilidades. Mas é também com Fernando Pessoa, João Gilberto Noll, Regina Néri, Clarice Lispector, Janet Adler, Giorgio Agamben, Steve Paxton, Roland Barthes, Angel Vianna, Zygmunt Bauman, Foucault, Mary Whitehouse, Viola Spolin (...) que amplio meus questionamentos e propostas de investigação.

Com estas leituras, com as aulas da pós-graduação, como aluna e professora, e com minha prática de movimento, em cada encontro com o chão de madeira, no espaço interno/externo/extenso dos corpos, debruço-me sobre minhas dobras e arestas em estado reflexivo, escrevendo a proposta sempre aberta dos possíveis diálogos que habitam o que nomeei “Movimento Sensível” e “Pensamento Movente”³.

Mais uma vez, a palavra vem com a força da experiência e de uma relação ética/estética com o mundo que vivo hoje. Como investigadora da percepção sensorial, debruço-me nos caminhos que se abrem em direção a uma lucidez em relação às mudanças nas ações a partir das sensações. As percepções de si e do ambiente criam e inspiram outras formas do viver.

Contando minha história, escrevo as palavras de carne do meu dia a dia. Fazendo arte em cada encontro, dança nas salas de aula, nos teatros e nas ruas, as palavras escritas me atravessam no desejo de compartilhar. Mas não espero a palavra última. Quero muitas delas para que possa me deleitar por muito tempo. Sofro no mesmo

³ Ao se lançar às improvisações, levando em conta gestos espontâneos e não mais apenas a repetição mimética das antigas coreografias, a dança, a investigação do movimento, das sensações, vão se ater aos novos sentidos do movimento como acontecimento.

instante em que meu sorriso se abre largo. Não sei o motivo das coisas: elas são. Múltiplas e únicas. Nem por isso não posso tocá-las. É na experiência do “Movimento Sensível” que a palavra também vai ganhando existência em “Pensamentos Moventes”.

Capítulo 1

Movimento Autêntico – A Arte de Mover e ser Movido.

“O problema não é mais fazer que as pessoas se expressem, mas arranjar-lhes vacúolos de solidão a partir da qual elas teriam enfim algo a dizer” (DELEUZE, 1990, p. 177).

Experiências de espaços vazios, silêncios, barulhos internos e externos ao se propor o não direcionamento do movimento; junto a isso, a proposta de fechar os olhos, para que se acalmem os excessos visuais e se possa perceber outros sentidos, cria-se “vacúolos de solidão”. Fechar os olhos e ouvir, a si e a todos que se encontram juntos. Outros que já estão em mim, que já são um “mim”.

A Testemunha convida o Movedor a fechar os olhos e a mover, pausar. Fechá-los não para brincar de cego, mas para ver, para acalmar os julgamentos da visão, testemunhando do quanto de diálogo interno está povoado, já que os olhos, quando em ação, tomam lugar dessa percepção. Respira-se tempo, pois esta estrutura favorece outros estados de consciência. Um tipo de solidão, porque não se atém ao forte sentido dos olhos. Um certo vazio, que ao ser vivido, atravessado, movido, provoca a criação de muitas outras maneiras de existência.

“Practice toward presence develops into moments in which the body is experienced as empty” (ADLER, 2002, p. 23)⁴.

A grande maioria das abordagens corporais (de movimento) que vivenciei até 1992, direcionavam-me para certos “modelos” de estruturação corporal, mesmo que nos desdobramentos exploratórios eu pudesse dispor dos elementos apresentados improvisando conforme minhas próprias necessidades.

Na Califórnia, Estados Unidos, tive a oportunidade de entrar em contato com a abordagem chamada *Movimento Autêntico* cuja estrutura se dá através de um auto-direcionamento do movimento por aquele que move, dança. Não há estímulos do professor/facilitador durante a experiência do movimento, e sim um estar presente criando uma atmosfera de segurança e de não julgamento.

“Não há nada que eu precise fazer?” “Se eu quiser não mover, é possível?” “Ninguém dirá onde colocar meu corpo” “Preciso dançar ou não?” Se eu não movo você continua me vendo? - são alguns pensamentos, dentre tantos outros, que surgem ao se entrar em contato com essa prática.

⁴ “A prática para a presença desenvolve-se nos momentos em que o corpo é experimentado como vazio.” (Esta tradução, como todas as outras nesta monografia, é de responsabilidade nossa, e revisada por Nastassja Pugliese).

É importante frisar que as percepções que serão apontadas na prática do *Movimento Autêntico* não são privilégios apenas desta prática; mas nela encontrei elementos instigantes que criam uma composição e um continente fortes e abertos para as perguntas que venho perseguindo: mover e ser movido, relação entre entrega e vontade, ver e ser visto, continente para contínua criação de si (de mim).

“The core of the movement experience is the sensation of moving and being moved... Ideally, both are present in the same instant and it may be literally an instant”⁵ (WHITEHOUSE, 1963, p.4).

Mas, neste mover e ser movido, de que escuta, de que visão está se falando? Um ponto importante nessa abordagem, onde reside grande parte de minha curiosidade investigatória, é o convite de mover com os olhos fechados. Como Movedora e como Testemunha, como encontrar-se com o inesperado das experiências, das descobertas e transformações que essa proposta traz em si? A possibilidade de ser pedra, vegetal, animal, de existir em sensações e expressões múltiplas (formas como expressões também visíveis), é intensa – e pode ser vista nos depoimentos dos participantes das rodas de Movimento⁶. Como diz Gilles Deleuze:

“Devir não é atingir uma forma (identificação, imitação, Mimese), mas encontrar a zona de vizinhança, de indiscernibilidade ou de indiferenciação tal que não seja possível distinguir-se uma mulher, de um animal ou de uma molécula: não imprecisos nem gerais, mas imprevistos, não preexistentes, tanto menos determinados numa forma quanto se singularizam numa população.” (DELEUZE, 1997, p.11).

Os diálogos com os autores que falam de estados, percepções, arte, movimento são tentativas de tocar, através das palavras, experiências vividas na dança e no movimento – experiências estas que encontram no espaço-tempo, interno e externo, possíveis linhas de intensidades de vida.

Como esta filosofia de que estou falando, como o próprio “Pensamento Movente”, as abordagens corporais também intensificam a vida e são vida, como vivida. O *Movimento Autêntico* em sua ordem burila os estados de receptividade. O trabalho sobre o julgamento, pré-conceitos é um campo que se abre para que um

⁵ “A essência da experiência do movimento é a sensação de mover e ser movido. Idealmente, ambos estão presentes no mesmo instante e pode, literalmente, ser apenas um instante”.

⁶ Alguns depoimentos dos participantes encontram-se no fim desta monografia em anexo.

transbordamento expressivo, pessoal e coletivo, contaminado, tenha espaço de existência. No processo, criam-se lugares para grandes e pequenos vôos, rastejares e caminhadas. Danças sem nome. Também percepções de padrões de movimentos e reflexões são trazidas para novos encaminhamentos de pesquisa. O trabalho propõe momentos de escrita e de compartilhar verbal e isso fortalece a apropriação dos mesmos e dos variáveis de cada um, da vida e da arte, sem deixar de lado a contaminação desses “lugares” que, no ato de escrever, muitas vezes impedimos.

Mantenho a pergunta que pretendo continuar investigando: o que acontece quando fechamos os olhos? O que acontece quando então os abrimos sem fixá-los em uma determinada função? Ver com a pele, tocar com os olhos, sentir com os ouvidos, mover, ser invisível, encarnar. Onde estão as palavras do “Movimento Sensível”, dos “Pensamentos Moventes”? Nos dedos dos pés, intestinos, no silêncio da garganta, no arrepio do coração. É na quebra da ordem, da organicidade, da lógica da própria idéia das coisas que Antonin Artaud cria o “Corpo sem Órgãos”, conceito vivo de arte vida:

“Porque o CsO é tudo isto: necessariamente um Lugar, necessariamente um Plano, necessariamente um Coletivo (agenciando elementos, coisas, vegetais, animais, utensílios, homens, potências, fragmentos de tudo isso) porque não existe “meu” corpo sem órgão, mas “eu”, sobre ele, o que resta de mim, inalterável e cambiante de forma, transpondo limiares.” (DELEUZE & GUATARRI, 1996, p. 24).

O que é Movimento Autêntico?

O *Movimento Autêntico* é uma abordagem corporal que tem como objetivo desenvolver uma escuta apurada dos impulsos corporais, explorando uma interrogação: “o que me leva a mover?”. Pode ser um pensamento, uma sensação, um desejo, um som, uma memória, uma voz interna ou externa. Seu objetivo é propiciar um contato com estes impulsos para que, conscientemente, se possa expressá-los ou contê-los. À medida que a pessoa vai escutando sua própria corrente de movimento interno em constante contato com o externo, vai se apropriando melhor das relações que estabelece consigo e com o mundo, alimentando o fluxo vital que percorre seu corpo e estabelecendo novas e mutantes relações entre o dentro e fora, seu corpo e o mundo, seu corpo e outros corpos.

A estrutura do *Movimento Autêntico* é: uma (ou várias) pessoa(s) que move(m) e outra(s) que testemunha(m), atentando para a necessidade de haver pelo menos um Movedor e uma Testemunha. A pessoa que move (Movedor) fecha os olhos para fazer

um mapeamento de seus próprios impulsos e decidir se quer externalizá-los ou não. E a Testemunha, de olhos abertos, observa o Movedor e o que acontece consigo próprio na presença desse outro. Se, no processo de observar o outro, aparece um julgamento, este julgamento só dirá respeito àquele que vê, e não ao outro observado. Trata-se, portanto de, ao ver o outro, a pessoa começar a se ver. Esta relação sem julgamento, ou melhor, de apropriação de pensamentos, sensações, e imaginação irá fazer surgir um terceiro componente: a Testemunha Interna⁷ - aquela que acolhe, e não julga.

Olhamo-nos para enfim poder ver, sem o olhar, entre as linhas do movimento. Porque mais do que as linhas da dança, o que respiro no intervalo preenche de vazio todos os cantos. Falamos, dançamos do que nos atormenta e que é nossa fonte de vida. Vibramos na dor de nascer cada partícula de tempo, no grito da pressão sanguínea, no abismo de nada saber. Movemos, testemunhamos, não há diferença quando então, vivem-se as duas funções como uma contendo a outra. Vemos no outro o que está em nós. Também é de nós o que o mundo fala. A Testemunha Interna se presentifica.

História

Nos anos 50, nos Estados Unidos, Mary Whitehouse, bailarina moderna, professora de dança, foi influenciada por duas grandes tendências. Por um lado, em seu estudo intensivo na Escola Mary Wigman em Dresden, na Alemanha, aprendeu que para ser bailarina era necessário “ter algo a dizer” e que a base do treinamento era improvisação, pesquisa bastante revolucionária para época. E, por outro lado, sua experiência pessoal em análise Junguiana lhe trouxe cada vez mais uma curiosidade pelos “simbolismos” e conteúdos semânticos das obras.

No início dos anos 60, seu interesse por dança estava cada vez mais distante, e o processo de realizar a dança é que se tornou algo instigante. Para ela, a dança era uma forma de expressão profunda, de comunicação e *insights*. No entanto, como a compreensão que se tinha de dança na época era baseada em ensaio e repetição; ela não via como os movimentos dessas camadas mais profundas⁸ poderiam ser repetidos em uma coreografia. (Em sua prática de ensino, Mary Whitehouse costumava propor movimentações corporais abrangendo qualidades diferenciadas de movimento - por exemplo, movimentos fortes e suaves, nível alto e baixo, trabalhando com oposições e gradações - intercalando estímulos externos com auto direcionados). Considerando seus novos estudos sobre

⁸ Por camadas mais profundas, queria dizer mover “directly from within”.

movimento e improvisação em dança, Mary resolveu tirar o termo Dança para nomear seu trabalho de *Movement in Depth*⁹.

Quando relacionava o movimento com a *Imaginação Ativa* de Jung¹⁰, destacava o processo de traduzir o fluxo do material inconsciente em forma física. Ao inconsciente, trazia a qualidade de profundo, contrastando as idéias de mover e ser movido. É nessa relação que a palavra “autêntico” surgirá posteriormente, com Janet Adler, para classificar um gesto. Por movimentos autênticos, nesta fase, entendia-se os movimentos que não são julgados, criticados, racionalizados. Movimentos que não seguem valores como: “é assim que devo mover, para ser gracioso, bonito?”. Nas palavras de Mary Whitehouse:

“When the image is truly connected in certain people, then the movement is authentic. There is no padding of movement just for the sake of moving. There is an ability to stand the inner tension until the next image moves them. They don't simply dance around.” (FRANTZ, 1972, p.20).¹¹

Mary experimentou alguns caminhos para explicar as idéias de impulso, e autêntico; e sua maior base teórica foi sua experiência pessoal em dança e psicoterapia em diálogo com o pensamento Junguiano da época. Ao se escutar o impulso, o burilamento da pergunta “o que me faz mover”, pesquisava as nuances do dançar, do não mover, e os sentidos para a nomeação de “dance around”¹².

Janet Adler, Dança Terapeuta, Psicanalista, Ph.D em Estudos Místicos, estudou com Mary Whitehouse e fundou o Instituto Mary Starks Whitehouse, a primeira escola devota em estudar e praticar o *Movimento Autêntico* – nome que foi dado por ela. No seu entendimento, foi John Martin, um renomado crítico de dança, o primeiro a usar o termo “movimento autêntico” falando de danças de Mary Wigman em 1933.

“This class of dance is in effect the modern dance in its purest manifestation. The basis of each composition in this medium lies in a vision of

⁹ Movimento em Profundidade.

¹⁰ “Em 1916 Jung escreveu um artigo onde sugeria o movimento corporal expressivo como um dos muitos caminhos para dar forma ao inconsciente. Na descrição da técnica que veio mais tarde chamar de Imaginação Ativa, ele aponta que esta pode ser feita através da dança, pintura, desenho, trabalho com barro, areia e qualquer outro meio artístico (...) Imaginação Ativa em movimento envolve a relação entre duas pessoas: um movedor e uma testemunha. É nessa relação que o movedor começa a internalizar a função reflexiva da testemunha e se abrir para seu fluxo inconsciente de sensações e imagens corporais, ao mesmo tempo trazendo suas experiências para a consciência.” In CHODOROW, 1991, p. 1. Tradução nossa.

¹¹ “Quando a imagem está conectada verdadeiramente em determinadas pessoas, então o movimento é autêntico. Não há movimentos supérfluos, feitos apenas por ter que se mover. Existe uma habilidade de sustentar a tensão interna até que a próxima imagem as mova. Elas não saem dançando simplesmente”.

¹² A tradução mais aproximada seria “dançar à toa”.

something in human experience which touches the sublime. Its externalization in some form which can be apprehended by others comes not by intellectual planning but by “feeling through” with a sensitive body. The first result of such creation is the appearance of certain entirely authentic movement”¹³. (MARTIN In ADLER, 2002, p.15).

Janet Adler desenvolveu o trabalho levando em conta as questões que Mary Whitehouse vinha pesquisando, como a relação entre impulso e forma e o movimento realizado de olhos fechados, acreditando que o não uso da visão propiciaria um mergulho e uma expansão da consciência de experiências conscientes e inconscientes. Em uma entrevista, falando de como se sentia fisicamente nas aulas com Mary Whitehouse, Janet descreveu:

“The impulse to move felt very far in – in the center of me. The minute I closed my eyes it was like coming home. I recognized myself. And Mary, as my witness, saw me seeing myself. My movement was an expression of unformed, unconscious material.”¹⁴ (Haze and Stromsted, 1994, p.115).

Em seu livro “Offering from the Conscious Body – The Discipline of Authentic Movement”, no capítulo “Individual Body”, Janet Adler enfoca a questão do Movedor em contato com seu corpo. Sensações levam a mover ou a conter o movimento.

“As you step once again into the emptiness, continue to bring awareness what your body is doing, and now include your awareness of sensation while you are moving.what you hear, see with your eyes closed, smell, feel on your skin, or experience kinesthetically as you move.”¹⁵ (ADLER, 2002, p. 21).

Adler era conhecida por seu trabalho com crianças autistas, mas no *Movimento Autêntico* seu foco foi a função da Testemunha :

“The witness carries a larger responsibility for consciousness as she sits to the side of the movement space (and watches). She is not

¹³ “Com efeito, essa aula de dança é a dança moderna em sua manifestação mais pura. A base de cada composição neste meio encontra-se na visão de algo na experiência humana que toca o sublime. Sua externalização em alguma forma que possa ser apreendida por outros vem não por um planejamento intelectual, mas por “sentir através” com um corpo sensível. O primeiro resultado de tal criação é o aparecimento de certo movimento inteiramente autêntico.”

¹⁴ “O impulso para mover parecia estar muito distante do – do centro de mim. No minuto em que eu fechei os olhos era como se estivesse voltando para casa. Eu reconheci a mim mesmo. E Mary, como minha testemunha, viu quando eu me vi. Meu movimento era a expressão de um material disforme, inconsciente.”

¹⁵ “Quando você adentrar mais uma vez no espaço vazio, continue a trazer consciência para o que seu corpo está fazendo, e agora inclua a consciência de suas sensações enquanto você está se movimentando... o que você ouve, vê com seus olhos fechados, cheira, sente em sua pele, ou experiência cinesteticamente enquanto se move.”

"looking at" the person moving. She is witnessing, listening, bringing a specific quality of attention or presence to the experience".¹⁶ (ADLER, 1988. p.180).

É na relação entre Testemunha e Movedor que Janet Adler acreditou que se poderia desenvolver os estados de Observação, Consciência, Insight e Presença. E assim seguiu sua pesquisa encontrando na prática do *Movimento Autêntico* espaço para as discussões sobre o movimento e o gesto e suas interações com os aspectos que ela nomeou como:- psicológicos e de cura, impulsos artísticos e experiências numinosas.¹⁷

O *Movimento Autêntico* surgiu em uma época de grande difusão das práticas Somáticas. Talvez pudéssemos dizer que essa abordagem vinha sendo pensada e vivida por uma geração de pessoas que se tornaram pesquisadoras ao confrontar suas próprias doenças com a maneira como eram tratadas pelo *mainstream* da ciência nos séculos XIX e XX. Alguns pioneiros dessa área foram: Elsa Gindler, Charlotte Selver, Marion Rose, Ilse Middendorf, F.M. Alexander, Moshe Feldenkrais, Ida Rolf, Gerda Alexander, Mary Whitehouse, Janet Adler. No Brasil Angel e Klauss Vianna entre outros. O termo "Somatics", foi dado por Thomas Hanna em 1977.

"Somatics is the field which studies the soma: namely the body as perceived from within by first-person perception. When the human being is observed from outside _ i.e., from a third person viewpoint _ the phenomenon of a human body is perceived. But, when this same human being is observed from the first-person viewpoint of his own proprioceptive senses, a categorically different phenomenon is perceived: the human soma"¹⁸. (JOHNSON, 1995, p.341).

A busca e o encontro com novos campos de atuação e nomeações para se falar das pesquisas que provinham de experiência do movimento e suas relações com a saúde, arte e educação foram, para esses autores, foco de estudos da dança e movimento que se desdobram e repercutem fortemente até hoje.

¹⁶ "A testemunha carrega uma grande responsabilidade pela consciência enquanto senta e observa o Movedor. Ela não está "olhando para" a pessoa movendo. Ela está testemunhando, escutando, trazendo uma qualidade específica de atenção ou presença para a experiência."

¹⁷ Numinoso: conceito de Rudolf Otto ("o Sagrado"), que designa o inexprimível, misterioso, tremendo, o "totalmente outro", propriedade que possibilitam a experiência imediata do divino.). Tal reflexão encontra-se em: Jung, C.G. Memórias, Sonhos, Reflexões. Compilação e prefácio de Aniela Jaffé. Edit. Nova Fronteira S.A, RJ, 1963.

¹⁸ "Somática é o campo que estuda o soma: a saber, o corpo como é percebido de dentro, por uma percepção da primeira pessoa. Quando o ser humano é observado de fora – isto é, a partir de um ponto de vista de terceira pessoa- o fenômeno de um corpo humano é percebido. Mas, quando este mesmo ser humano é observado a partir de um ponto de vista de primeira pessoa, de seus próprios sentidos proprioceptivos, um fenômeno categoricamente diferente é percebido: o soma humano."

As palavras utilizadas por Mary Whitehouse e Janet Adler para falar do *Movimento Autêntico* estão contextualizadas com o momento de suas pesquisas, na qual o retorno ao ritual, às influências das práticas orientais, e a conexão com a potência divina como potência de si podiam ser vivenciadas no movimento através das conexões com a percepção e consciência corporal. Foram precursoras, juntamente com os autores citados acima, em relação à integração entre mente/corpo/ espírito. Para isso, utilizam-se de conceitos como: Transcendência, União, Participação e Arte como vida, na tentativa de falar do movimento que hoje arrisco-me em nomear “Movimento Sensível”.

Em minha experiência com Janet Adler, em torno de 10 anos contínuos e depois ainda através de trabalhos esporádicos, pude testemunhar seu interesse em não descartar nenhuma experiência que poderia ser vivida no movimento e nenhuma pressa em nomear tais experiências. Havia sim, ao contrário, uma ansiedade dos alunos em traduzi-las em categorias, até porque muitas das experiências ultrapassavam o que se tinha sistematizado nas abordagens corporais da época.

A estrutura do Movimento Autêntico, segundo Janet Adler.

Janet Adler nomeia *Ground Form* a arquitetura do Movimento Autêntico, que é baseada em uma relação entre Movedor e Testemunha. Tanto para um quanto para o outro, o trabalho incide no desenvolvimento da Testemunha Interna, que é uma maneira de burilar um estado de consciência – *Consciousness*. Nesta disciplina, a Testemunha Interna é corporificada pela Testemunha, enquanto Movedor corporifica o SELF movente. A relação se desenvolve dentro do estudo de três campos da experiência:

- o Corpo Individual;
- o Corpo Coletivo;
- o Corpo Consciente.

No campo do Corpo Individual, o Movedor trabalha a vontade profunda de ser visto em presença de uma Testemunha Externa. Ele fecha os olhos e aprende a escutar os seus impulsos; a dar forma ou não às suas experiências. Descobre movimentos autênticos. Por movimentos autênticos, nesta fase, entendem-se os movimentos que não são julgados, criticados, racionalizados, que não seguem valores exteriores como: “é assim que devo mover, para ser gracioso, poderoso, bonito”, etc.

Ao fortalecer a sua Testemunha Interna, advém o desejo de ser também, Testemunha. Aqui, a pessoa aprende a seguir o movimento físico do outro e

perceber as suas próprias sensações, emoções e pensamentos, enquanto fica sentado no mesmo lugar do estúdio.

Após o *setting* de movimento, acontece um compartilhar verbal no qual é utilizada uma prática que preza a clareza da palavra; linguagem perceptiva onde o que é visto, o que é imaginado e o que é sentido fazem parte de um trabalho de discernimento entre os participantes - Movedores e Testemunhas. À medida que o trabalho se aprofunda, há mais liberdade para diretamente entrar no corpo e na palavra.

No campo do Corpo Coletivo, Movedores e Testemunhas trabalham a vontade profunda de participar de um todo, em um grupo, círculo, descobrindo como se relacionar com o outro(s) sem perder a consciência de si.

“Os Movedores estão de olhos fechados. As Testemunhas, de olhos abertos. De um Movedor para vários Movedores. De uma Testemunha para várias.”¹⁹

Antes de iniciar ou fechar o *setting* de movimento, o espaço vazio é testemunhado. O círculo se fortalece, com cada pessoa testemunhando-o vazio. À medida que ele se expande na direção da consciência, o terceiro campo – Corpo Consciente - começa a ficar mais transparente. A personalidade se torna mais presença, a empatia vai se transformando em compaixão e em graça, e o sofrimento se torna mais suportável.

Muitas histórias são movidas nesta prática. Ao moverem suas histórias conhecidas, os corpos abrem (-se), cada vez mais, o campo para uma clareza de comunicação de movimentação. O gesto faz sentido por ele mesmo, sem representações. Desta forma, outras possibilidades surgem como, por exemplo, as sensações de vazio. Não o vazio da falta, mas o da pura presença, da relação direta com o movimento sem intermediação de significados.

No caminho em direção à presença, o Corpo Coletivo e o Corpo Individual são experienciados como continentes. Nesta atmosfera, uma vontade profunda transparece: a de oferecer. O corpo movente se torna também mais transparente, se torna dança e a dança se torna uma oferenda. Palavras se tornam poesia e poesia é uma oferenda.

Quando fenômenos energéticos, que também são conhecidos no corpo como experiências diretas, se expressam através de um corpo consciente, tornam-se em si uma oferenda – para o mundo, desejante de consciência.

“For a mover this way of knowing can be manifest in a experience of feeling as though one

¹⁹ Fala de minha autoria proferida em aula de Movimento Autêntico.

is “ being moved”, taken, penetrated, rearranged, infused.. These qualities of sensations are experienced without the densit of emotion or thought, though such qualities can be followed by the fullness of personality in response. In a moment of direct experience, the mover can become empty.”²⁰ (ADLER, 2002, p.209).

Quando o coletivo recebe e participa, somos lembrados que a disciplina do Movimento Autêntico vem de culturas ancestrais, primitivas. Aqui, à medida que os gestos são oferecidos, há momentos de participação para os indivíduos, algumas vezes para o grupo todo, quando não há separação entre quem dança e quem testemunha a dança.

“Quando Laban se refere à memória primitiva que teríamos do espaço, quando ele fala em como os movimentos e a harmonia do corpo em dança refletem essa espacialidade, ele está falando da interação real, que conecta o sistema vivo e seu meio ambiente, por meio de mapas e de internalizações de relações.” (VIEIRA, 2006, p.118, 119).

Questões sobre Movedor e performer, Testemunha e platéia são abordadas a partir do desenvolvimento da consciência da Testemunha Interna. Performers e Movedores querem ser vistos. Platéia e Testemunhas desejam ver. Aos poucos a experiência de ser visto se diferencia da experiência de ser olhado, o mesmo acontece com ver e olhar. Participar torna-se então um verbo de prática da consciência no exercício da presença.

Reflexões Atuais sobre o Movimento Autêntico.

Introduzindo esta abordagem no Brasil, já com uma releitura por uma prática constante como Movedora, Testemunha, criando arte em sala de aula e performances, em trabalho diário de construção e de desconstrução de minhas idéias e modos de viver, anseio por novas outras palavras que acompanhem as presentes experiências e reflexões: quais são as palavras que são movidas, não na procura de significados e traduções, mas de proximidade com a experiência?

²⁰ “Para o Movedor, este modo de conhecer pode se manifestar em uma experiência de sentir-se como alguém que “está sendo movido”, tomado, penetrado, rearranjado, infundido... Estas qualidades de sensações são experimentadas sem a densidade da emoção ou pensamento, embora, como resposta, tais qualidades possam seguir ao transbordamento da personalidade. No momento da experiência direta, o Movedor pode tornar-se vazio.”

É neste campo de pesquisa, que me afino com a palavra autêntico – não como original em sua raiz²¹, - mas em seu encontro autêntico com a experiência: aproximando-se talvez mais da definição heideggeriana de autêntico. Sem os distanciamentos que uma reflexão apenas teórica pode trazer, mas exatamente com a vontade de trilhar o caminho inverso – sentir a possibilidade de me aproximar e ser singular no instante da experiência.

Utilizo a abordagem do *Movimento Autêntico*, e os conceitos que venho pesquisando e nomeando “Movimento Sensível” e “Pensamento Movente” para continuar minha relação com o que Mary Whitehouse e Janet Adler desenvolveram. Pois o “Movimento Sensível” é um conjunto de sensações visíveis e invisíveis que modificam estados de ser produzindo ações através de um processo de apropriação e desapropriação de antigos e novos padrões de se estar no mundo. É a experiência de pequenos e macros movimentos, de percepções finas do sentir, provocadora de uma estética própria a partir de contínuas criações de si.

O “Movimento Sensível” conecta-se com os “Pensamentos Moventes” em relações agudas, nas quais as separações que são dadas - tal como entre corpo/pensamento – já não existem; nas experiências propostas por abordagens corporais nas quais movimento e palavra tornam-se espaço de investigação de si e do outro.

“(…) se posso escrever que “o meu pensamento se crispa”, é porque a crispação do corpo implica uma modalidade de movimento que se pode encontrar também nos movimentos do pensamento ou da emoção” (GIL, José. 2005, p.91).

Ao abrir o campo para o “Movimento Sensível”, com uma acuidade para a observação de si e do outro, cria-se um possível corpo singular e coletivo. Intensidades e fluxos atravessam os corpos e o espaço e desenham-se intenções, expressões, gestos espontâneos em relações. É necessário um trabalho sobre o

²¹Autêntico: 1. cuja origem (época, fabricação, localidade) é comprovada. Ex.: uma a. porcelana Ming cuja autoria é atestada. 2 cuja autoria é atestada. Ex.: <um a. Pancetti> <o corpus a. da lírica de Camões> 3 reconhecido como legítimo; fidedigno (diz-se de documento, escrito etc.). 4 em conformidade com os fatos; cujo detalhamento reflete a realidade. Ex.: uma descrição a. da situação. 5 não imitativo; verdadeiro. Ex.: um a. sotaque britânico. 6 em que não há falsidade; espontâneo, real. Ex.: uma a. demonstração de carinho. 7 que tem autoridade; válido. Ex.: razões a. 8 que constitui uma cópia ou imitação fiel de um original. Ex.: <o traslado a. de um antigo tratado> <uma a. casa colonial portuguesa>. 8.1 feito da mesma forma que o original. Ex.: uma a. feijoada. 9 Regionalismo: Brasil. Diz-se do indivíduo que se assume tal qual é, que não se apresenta aos outros de modo idealizado. 10 Rubrica: filosofia. **em Heidegger (1889-1976), diz-se da existência que assume plenamente sua inarredável condição mortal, aceitando em decorrência a angústia que só poderia ser dissimulada através da banalidade cotidiana (inautenticidade).** 11 Rubrica: termo jurídico. a que se pode dar fé; que está dentro das formalidades legais e é tido como legítimo e verdadeiro. 12 Rubrica: música. diz-se de cada um dos quatro modos eclesiásticos de caráter expansivo e cujo âmbito está entre a final e a oitava superior [Criados por santo Ambrósio (339-397), bispo de Milão, a partir da escala pitagórica dos gregos.] Obs.: cf. plagal. n substantivo masculino. 13 m.q. autêntica ('carta ou certidão') In HOUAISS, 2001.

mover e sobre o testemunhar para que estas intensidades e fluxos possam existir, serem acolhidas e sustentadas. Uma prática de si, uma prática política de estar junto, na qual o movimento possa ser nada, para que ser o que é.

No início do desenvolvimento do *Movimento Autêntico*, ainda havia a necessidade de se encontrar significado gestual - até mesmo no encontro das traduções da dança pela perspectiva simbólica de Jung em encontro com Mary Whitehouse e de Janet em encontro com Freud. Janet Adler, através do que chama Experiência Direta, está nomeando o gesto que faz sentido pelo próprio gesto, potência de vida em sua própria imanência.

Para Janet, a dança é transpessoal porque já não é mais pessoal. Nesse momento ninguém a possui: do “eu danço”, “sou dança”, chega-se ao possível “dança apenas” ou “dançar”. Sei da delicada complexidade para buscar nomeações, mas também sei dos limites de cada pesquisador em seu contexto histórico.

As práticas da dança e do movimento contêm inúmeras possibilidades, mas não se perdem de vista os autores e suas contribuições na pesquisa de práticas e reflexões escritas - que, aliás, são escassas. Não são muitos os bailarinos, dançarinos, movedores, que se dedicaram a escrever sobre suas experiências.

Além do interesse pelas palavras da experiência, nos anos 50 procurava-se entender a relação entre o que se passava na “incorporação”, que acontece em algumas práticas religiosas e a possibilidade de “corporificação” de alguns estados agudos, sensíveis, de experiência direta com/no/do movimento (pesquisa esta que acontece ainda hoje...) ²². Como diz Hélia Borges (2009) em sua tese de doutorado:

²² As relações entre “incorporar” e “corporificar” são riquíssimas e também muito complexas. Podemos entrever algumas destas possibilidades a partir das definições de cada termo encontradas no dicionário Michaelis, e citadas abaixo. De acordo com meus estudos de Movimento Autêntico, formais e informais, a corporificação reúne estados agudos de percepção - de si, do outro, do entorno – estados que dão corpo expansivo ao ser que vivencia experiências de consciência. A corporificação é um processo que dá cada vez mais corpo ao gesto espontâneo, enquanto a incorporação pode ser apenas um momento, consciente ou inconsciente, uma experiência de “ser tomado” sem que se possa fazer uso desta incorporação. Ela é algo que acontece, arrebatada o sujeito, mas sem deixa-se apropriar para que se possa fazer uso ativo desse estado no cotidiano, e em outras esferas. Para mais detalhes ver ADLER, 1995.

incorporação

in.cor.po.ra.ção

sf (lat incorporatione) **1** Ato ou efeito de incorporar. **2** Estado ou qualidade de coisas incorporadas. **3 Farm** Mistura de dois medicamentos num excipiente líquido, para favorecer a sua ação. **4 Dir** Agregação de uma ou mais companhias, ou sociedades comerciais, que se liquidam, entre as quais uma continua a subsistir e operar do mesmo modo e sob a mesma denominação, ou firma, absorvendo o ativo e o passivo. **5 Dir** Agregação por pessoa física ou jurídica, sob a forma de companhia ou sociedade por ações, cotas, cujo fim é a construção de edifícios de apartamentos e a venda destes depois de concluídos, ou quando ainda em construção, mediante prestações periódicas, havendo, ou não, intuito especulativo da parte do incorporador. **6 Mil** Inclusão de rapazes selecionados para o serviço militar, nas unidades a que são destinados. **7 Espir** Ação e efeito de o médium receber em si entidade espiritual.

corporificar

cor.po.ri.fi.car

(lat corpore+ficar²) vtd **1** Atribuir corpo a (o que não o tem). *vtd* **2** Reunir, em um só corpo, substâncias diversas. *vpr* **3** Tomar corpo; solidificar-se. *vtd* **4** Transformar em fatos; realizar. *Var: corporizar.*

“A dança brinca com o tempo no espaço, espacializando ela cria espaço e, portanto espacializa o pensamento. A dança é acontecimento sem representação, exige espaço; a dança é antes do nome, é a marca da emergência, do surgimento de algo. O corpo dançante não exhibe uma interioridade: ele é interioridade, não é nem imitação, nem impressão e nem expressão; sendo um corpo emergente, é um corpo virtual atualizado a cada movimento. É a impessoalidade por não preexistir antes do acontecimento. É o puro acontecimento, pois quando um movimento nasce ele já nasce quando exposto, ele está nascendo naquele momento. É sempre outros mundos, ou seja, é um outrar-se, como nos diz Fernando Pessoa (Aquino, 2005).” (BORGES, 2009, p.146.)

Conceitos como Transcendência, Autêntico, Inconsciente, Mundo Interno/Externo, Representação, *Self* e Divino foram, são e serão levantados pela História e relidos nas práticas/pensamento e contextos atuais. Tantos questionamentos quanto ao nome *Movimento Autêntico* fazem-me querer hoje afirmar este nome como parte da estória que estou trilhando. Não como conceito, mas como continuidade de processo. Reescrevo a abordagem corporal *Movimento Autêntico* com as experiências que venho vivendo nesses anos, como fiz e faço diariamente com o trabalho de Angel Vianna nomeado *Conscientização do Movimento e Jogos Corporais*.

CAPÍTULO 2

Conscientização do Movimento: um burilar reflexivo de estados de presença.

Ondas de calor a partir de um movimento articular, reverberações ósseas estruturando uma caminhada, mudanças no olhar e no campo de visão, maior clareza no contorno do Corpo através das sensações da pele. Balanços, pausas, mudanças rítmicas. A experiência das qualidades de movimento expressando a multiplicidade de emoções, sentimentos e sensações; deslocamentos espaciais e a liberdade de ação; lideranças de movimento proporcionando não apenas condicionamento físico, exercício, mas o gesto expressivo, espontâneo e potente. Muitos espaços inomináveis.

O que acontece com as formas particulares de viver/pensar quando se vivencia uma aula de Conscientização do Movimento? O que acontece quando as experiências de intimidade, cumplicidade; atritos, angústias, transtornos, suavidades são movidos/dançados em Jogos Corporais? Como o nomear sensações, trazer perguntas, ouvir as palavras que habitam o movimento e fazer delas não um momento estanque da experiência e sim um contínuo de sensações e expressões. Incluindo as estranhezas, o que me pontiaguda, arredonda, desmembra e até mesmo me compacta em novas organizações.

A *Conscientização do Movimento* é uma abordagem corporal constituída de princípios físicos, expressivos e relacionais. Proporciona a vivência do Corpo como espaço de experiência pulsante de vida. A escuta apurada de si através de práticas de sensibilização, percepção e conhecimento corporal geram dinâmicas expressivas, permitindo um encontro com o corpo próprio e com o do outro. Nesta prática sensível de danças pessoais, não só de respeito pelo corpo em sua anatomia e funcionamento, mas também pelas suas desorganizações, cria-se uma abertura para mudanças de padrões subjetivos de movimento em uma reinvenção contínua do cotidiano.

“Assim, outros modos de sentir, outras qualidades sensíveis podem produzir novas imagens mentais, novos horizontes, criando conceitos. Deleuze e Guattari (2001), no livro *O que é a filosofia*, contemplam a arte como um processo de conhecimento que se viabiliza por blocos de sensação: perceptos e afectos. Para Neves, os meios se colocariam neste campo dos blocos de sensação. Criam-se conceitos partindo da experiência sensível: ser afetado e, através da afetação, constitui-se uma percepção inaugural e, por fim, torna-se possível conceber um entendimento do vivido elaborando, criando a partir daí conceitos sobre o mundo. Um corpo relacional que se constrói nos contatos estabelecidos e que pela sua característica metaestável, uma transubjetivação é produzida”. (BORGES, 2009, p.164).

Acreditando no diálogo entre a *Conscientização do Movimento* e a expressão ou contensão de impulsos pessoais, nos anos 80 passei a freqüentar as aulas de Dança Livre com Rainer Vianna e, em seguida, as aulas de Angel Vianna – além de cursos esporádicos com Klauss Vianna. Nas aulas, o espontâneo se fez forma. Com o aprendizado dos caminhos possíveis e dos próprios limites de cada momento no traçado do movimento e do gesto, fui sendo transformada. Experiências moleculares emanavam em jeito de ser em um ambiente de aula com o intuito de pesquisa e troca. E havia lugar para palavras. As reflexões caminhavam nos passos da dança e do tempo singular. E o silêncio abarcava o estrangeiro - o inominável que nele habita.

O que é?

“É a busca de um conhecimento mais profundo sobre o corpo. Não só fazer o movimento pelo movimento, mas saber utilizar as articulações, as dobradiças, a energia do corpo, a tonicidade muscular, o equilíbrio deste tônus, sem desgastar energia à toa. (POLO, 2005, p.427).

Há um desafio, um jogo que sei que nunca será resolvido, pois estarei sempre no abismo entre ter uma sensação e nomeá-la. A consciência disso é de uma vastidão poética. A poesia é a única forma - seja nas palavras, seja no movimento – de tocar esse mistério. Poesia espiralada dos ossos e músculos, dos apoios do chão e da percepção do contorno do ar, sempre em movimento, em dança, em transformação, como as nuvens quando Angel Vianna nos compara com elas. Considero a experiência corporal uma poesia do movimento e o gesto consciente uma possibilidade de corporificar os momentos de *insights* e construir um “Pensamento Movente”.

O “Pensamento Movente” é aquele que vibra junto ao corpo, gerando ondas para dentro e fora da profunda superfície pele. É fluxo, atrito de palavras, *insights* que escorrem em movimentos e desembocam em experiências - e essas, em outros pensamentos, palavras, movimentos, danças... É expressão e deformação de lugares estranhos e comuns. Fazendo casa, abrindo portas, janelas, frestas, mudando espaços nos sopros de ar. Expirações. Expirações do que se descobre no movimento do corpo nas linhas do espaço, entre palavras e gestos que se constroem (e destroem) possíveis novos conceitos. O “Pensamento Movente” é aquele que traz em si novas possibilidades de vida. A ação está contida em pulsação criadora. Conectado com as sensações, parte delas para a presente existência. Invisíveis condutores de encontros no mundo.

“O movimento surpreende. É delicado e cru. A pele transpira uma essência que a cada momento muda de sabor. Os buracos do corpo se atravessam e eu os percorro em estranhos percursos que se confundem com os espaços externos. Crio trajetórias em si e amargo nos seus olhos gestos profanos. Visto-me de dourado, de vermelho e até mesmo de um luto em ciclos de vida e morte. Sangro, choro, mijo em puro desejo de mar, rio em lágrimas, banho, pele em relações. Estou na experiência.”²³

A dança que fala do sensível, da saúde, da arte e de um contínuo aprendizado do contato consigo e com o outro. Rainer, Klaus e Angel Vianna me mostraram a vivência do corpo como um processo, o movimento como uma expressão da energia vital, e a arte como um burilar reflexivo de estados de presença.

“Desde 1970, a técnica dos Vianna já se afirmava como confrontadora às proposições restritivas dos métodos das danças oficiais e das intervenções no trabalho de corpo. Além disto, aproximando-se da poética de Lygia Clark, buscava no encontro dos corpos, entre os corpos, formular novas possibilidades para a existência. Seus trabalhos, naquela ocasião, caminhavam na direção dos movimentos revolucionários de alguns que ousavam um enfrentamento aos achatamentos e laminações decorrentes da modernidade, onde a uniformidade e o individualismo fizeram sua morada” (BORGES, 2009, p.158).

O Movimento Corpóreo e a Educação.

A criação de uma pedagogia que se faz a cada encontro no chão de madeira, a cada percepção das articulações, dos ossos, da pele, dos órgãos, do contato com os apoios e com o atravessamento no espaço requer de nossa função um trabalho vivo de se ver e ver o outro. A Escola e Faculdade Angel Vianna se arriscam nessa partilha, em uma prática de encontro de gente. O com-partilhar com outros profissionais, o movimento de tecer essa construção de danças/pensamentos é um diálogo que muitas vezes não acontece na troca de palavras, mas na abertura de um campo singular do fazer junto. Apropriando-me de Jacques Rancière:

²³ Escrita poética de minha autoria, inspirada livremente em minhas experiências corporais.

“Denomino partilha do sensível os sistema de evidências sensíveis que revela, ao mesmo tempo, a existência de um comum e dos recortes que nele definem lugares e partes respectivas. Uma partilha do sensível fixa portanto, ao mesmo tempo, um comum partilhado e partes exclusivas. Essa repartição das partes e dos lugares se funda numa partilha de espaços, tempos e tipos de atividade que determina propriamente a maneira como um comum se presta à participação e como uns e outros tomam parte dessa partilha”. (RANCIÈRE, 2005, p.15).

A sensibilização implica em uma percepção singular do ser e em uma consciência das diferenças e similaridades entre o eu e o outro. Por consequência, uma pedagogia que contemple a extensão e cumplicidade das relações entre os saberes e os seres privilegia a interação humana em sua subjetivação. A relação entre a *Conscientização do Movimento* e o pensamento faz com que a educação seja uma arte, um jogo que se dá entre os saberes e as relações humanas.

“A questão real é que arte é forma de conhecimento e todo conhecimento é função vital, todo conhecimento garante vida e complexidade. Desvalorizar o artístico é matar, em altos níveis de complexidade, nossa Humanidade (...) a Arte é o tipo de conhecimento que explora as possibilidades do real. Não nos basta acreditar em uma certa realidade, temos que aprender os caminhos complexos para tentar atingi-la” (VIEIRA, 2006, p.83).

Segundo Deleuze, fazer do ambiente da aula um *acontecimento* na possibilidade eminente de que um encontro é valorar o conhecimento que se dá na troca e não apenas na transmissão unilateral professor-aluno. Pois cada mestre, cada profissional tem seus interesses de reflexão e suas especificidades; diferenças que afetam e falam no corpo (dele próprio, dos alunos) de múltiplos jeitos de ser.

“Talvez a arte da educação não seja outra senão a arte de fazer com que cada um torne-se em si mesmo, até sua própria altura, até o melhor de suas possibilidades. Algo, naturalmente, que não se pode fazer de modo técnico nem de modo massificado. Algo que requer adivinhar e despertar as duas qualidades do gênio do coração, do mestre que “adivinha o tesouro oculto e esquecido, a gota de bondade e de doce espiritualidade escondida sob o gelo grosso e opaco e é uma varinha mágica para todo o grão de ouro que ficou longo tempo sepultado na prisão de muito lodo e areia” (Nietzsche).” (LARROSA, 2002, p.45-46).

Como caminhar na corda bamba do diálogo com o mundo contemporâneo sem perder a qualidade de nossos trabalhos, de nossas presenças? Como ter clareza diante do que pode ser nomeado abundância ou excesso confundindo assim o valor desse conhecimento que é experimentado no contato direto das relações? Como o espaço escola se transforma hoje, atualizando suas pesquisas e os encontros entre aluno/professor?

“A partir dessa vontade de olhar para o interior das coisas, de olhar o que não se vê, o que não se deve ver, formam-se estranhos devaneios tensos. Devaneios que formam um vinco entre as sobancelhas. Já não se trata então de uma curiosidade passiva que aguarda os espetáculos surpreendentes, mas sim de uma curiosidade agressiva, etimologicamente inspetora.” (BACHELARD, 1991, p. 7-8).

Partimos de alguns pontos comuns de percepção corporal e neles nos desdobramos: é uma improvisação. Um encontro. Estrelas explodem e viram poeira, outras condensam, outras se dão nomes porque nascem e morrem num contínuo. Pausa. O círculo se faz tão redondo apesar das tantas diferenças e a língua saliva aquilo que vem das vísceras. Não importa se minhas vísceras hoje são a pele, ou mesmo meu cérebro. A língua ajuda no impulso saltante da palavra que alguns querem dizer. O silêncio também pulsa nessa atmosfera de nosso dentro e fora.

Considerações Finais

Mover, uma poética de si.

“(...) quando pronunciamos a palavra vida deve-se entender que não se trata da vida reconhecida pelo exterior dos fatos, mas dessa espécie de frágil e turbulento núcleo no qual as formas não tocam”. (ARTAUD, 1999, p. 22).

Nomear o “Movimento Sensível” e o “Pensamento Movente” a partir das duas abordagens corporais tocadas por esta monografia – o *Movimento Autêntico* e a *Conscientização do Movimento* - é uma tentativa de encontro entre experiências e pensamento; é agir a lembrança de ler os poetas e me sentir dançando, de mover e me sentir escrevendo livros, organizando e desorganizando conceitos / estruturas corporais, modos de existência, criando idéias e gestos e me aproximando da vida que desejo viver.

Neste caminho encontro perguntas como: quando o corpo, o movimento é pensamento? Que conceitos fomos construindo enquanto uma espécie de cultura nos distanciava de nossas criações vivas? Da vida e da arte em suas expressões e transformações contínuas? De que vida esta cultura se refere na formulação de seus sistemas de pensamento e de sua arte? São perguntas/reflexões que indicam caminhos, já que em cada frase construída reside um novo questionamento - novo não como novidade, mas como percurso singular de criação – este sim tema desse estudo.

“Todas nossas idéias sobre a vida têm de ser revisitadas numa época que nada mais adere vida. E essa penosa cisão é motivo para as coisas se vingarem, e a poesia que não está mais em nós e que não conseguimos encontrar nas coisas reaparece de repente, pelo lado mau das coisas; e nunca se viu tantos crimes, cuja gratuita estranheza só se explica por nossa impotência em possuir a vida.” (ARTAUD, 1999, p. 17).

Mover-se é traçar um percurso para elaborar construções singulares e até poder compartilhá-las em formatos coreográficos, performáticos, escritos poéticos, e pesquisas em vários âmbitos. A boca move ao falar, os olhos em contato, a pele ouve e interage, as palavras provocam e são sons, melodias e até mesmo barulho em deslizamento, atrito, rolamento, aproximações, distanciamentos, na amizade com o chão, com a percepção de peso e transferência. Há uma presença de palavras nestas práticas, que é impulso propulsor – iniciando, atravessando, ou finalizando percursos. Como tê-las em

gradação de intensidade juntamente com a soltura da língua e as relações com outras partes do corpo, o alinhamento ósseo da cabeça com a bacia e pés?

*“Estou em uma aula de Consciência do Movimento.
Ou em uma aula de Movimento Autêntico”²⁴.*

Procedimentos diferentes, mas com pontos em comum. Estimulando movimentos sensíveis, experiências corpóreas e de pensamentos moventes, cada um à sua maneira, alertam para as invasões do corpo na consciência e criam um continente que abraça as diferenças, no qual o compartilhar é possível e faz parte de um “burilar de estados de presença”.

Trata-se de um trabalho que é contínuo e por isso se propaga aos experimentadores/alunos. A criação de uma atmosfera segura para que se possa caminhar por zonas desconhecidas é este burilar que, através de alguma técnica ou abordagem corporal, é um caminho que envolve “Movimento Sensível”, “Pensamento Movente”, palavras corpóreas que insistem em presença - como o gesto no campo da investigação da experiência.

Na ânsia por resultados, o que vejo normalmente são cascas sem inspiração – não há espaço para o caos, pois não se suporta o não construído. As formatações rápidas dão pouco espaço para o sentir, há uma insuportabilidade em relação ao que se desconstrói, as transformações são bruscas e o processo não é percebido. Não há apropriação de percurso. E, no entanto, de acordo com Angel Vianna: *“não há forma sem percurso”*.

No campo dessas práticas, que denominei experiências de existência, testemunho a própria experiência movendo corpos, o fazer artístico, enunciando mutabilidade. Nele, a verdade se esvazia. Das contrações disformes, formas pulsantes se criam.

Apesar do tempo da experiência poder conter largura e profundidade em poucos segundos, cuidar, dedicar-se implica entrega, envolvimento, atitude de responsabilidade com o que vai se fazendo, tecendo. Não ficamos prontos, fechamos ciclos e por isso a percepção é foco e expansão, e o aprendizado está sempre trazendo novos braços e extensões.

Corporificar o estado fino de atenção é se apropriar das forças do momento e criar com elas, indo além. Sendo assim, a consciência é atitude - pessoal e coletiva - é experiência de gestos pensantes que dançam uma prática de se estar no mundo.

²⁴ Fala de minha autoria, proferida livremente em aula.

“Esse mundo é o das forças das pequenas percepções. Através dele a consciência dá-se um campo imenso, um campo infinito que cobre o sentido e engloba todo o pensamento. É força de contágio, que doravante religa a consciência ao mundo, que vai permitir toda a arte.” (GIL, 2005, p.142-143).

As sensações na percepção de si, o processo de aprendizado e de conseqüente criação é uma trança onde as palavras da experiência são construções coreográficas: os caminhos poéticos da literatura se encontram nos gestos dançantes, nos pensamentos moventes, nas transições intervalares de tudo que é visível e não visível.

O movimento corporal, o gesto, não é propriedade de nenhuma técnica ou abordagem/sistema. A sistematização de elementos do movimento sensório-motor e criativo do ser humano é que faz esses elementos se tornarem um jeito de olhar. Toda sistematização, ou as várias que surgem em uma determinada época estão contextualizadas em seu momento histórico, levando em consideração os modos de produção social de subjetividade em relação às formas de poder existentes. Um elemento não é o sistema, ou a abordagem em si.

“A recuperação de um corpo que dança, apropriado de si, irá incidir sobre a recuperação do tempo e do espaço na produção de corporeidade. Através das técnicas desenvolvidas, os alunos passam a dispor de elementos que propiciam o cuidado de si, experimentando a noção de corpo movente nos estratos mais íntimos de sua constituição, e além, nos espaços não-estratificados. Onde o processo do pensamento começa sempre por uma transformação operada por um desvio, uma quebra na senso-motricidade”. (BORGES, 2009, p. 160).

A apropriação que menciono é, a meu ver, uma forma de capturar o corpo em um sistema fechado e fazer dele uma mercadoria – a mercadoria do corpo. Como então desenvolver técnicas de movimento não como adestramento, como verdade, e como sendo únicas? As qualidades de movimento construídas nas relações desse corpo com o mundo, em sua potência ou falta, passam a ser propriedade de ideais de corpo, ideais de comportamento, ideais de consumo.

Ao mesmo tempo, a acuidade das sensações despertada por certas práticas, como por exemplo o *Movimento Autêntico* e a *Conscientização do Movimento*, mesmo que por instantes, delinea maneiras singulares de percepção de si e do mundo, quando através da experiência, faz-se contato com sensações singulares e palavras estranhas que podem agir como forma de resistência.

*“No caminho encontram-se momentos trabalhosos e outros fáceis, onde o próprio movimento conduz e, nessa elaboração cada um vai-se defrontando com dificuldades e facilidades do momento. Resistências. Potências descobertas, outras enrustidas, encravadas em misteriosas pedras preciosas”.*²⁵

A vivência proporcionada por uma prática de movimento, de dança, requer continuidade para que se possa experimentar o atravessar e ser atravessado por intensidades diferentes em diferentes momentos. A continuidade é deixar ser afetado em largas amplitudes pelas propostas dos encontros. Não um consumo rápido das tantas possibilidades que o mercado hoje oferece no campo do sentir, do transformar-se. Este campo já está capturado pelas formas de poder. (O shopping center do cuidar de si, através das muitas técnicas corporais, dos cursos que fazem pensar, e até mesmo de lugares específicos para “não se fazer nada”...).

“Essa forma de poder se exerce sobre a vida cotidiana imediata, que categoriza os indivíduos, marca-o com sua própria individualidade, liga-o à sua própria identidade...(...). É uma forma de poder que faz dos indivíduos sujeitos. Há dois significados para a palavra “sujeito”: sujeito a alguém pelo controle e pela dependência, e preso à sua própria identidade por uma consciência ou auto-conhecimento. Ambos sugerem uma forma de poder que subjuga e sujeita. (Foucault, 1982, In MARTINS, p.18).

Falo de um processo que propõe continuidade, até mesmo para que se (a) quebre e se possa refletir sobre o tema. Fazendo parte de Escolas de Dança como docente e também como aluna penso ser esse também um espaço de processo. Mas como estabelecer um comprometimento nos tempos atuais, em um sistema de poder que se apresenta tão múltiplo, oferecendo um fluxo “livre” de escolhas a todo instante? Nessas relações líquidas, muito escapa, até mesmo o que podemos criar juntos. Evaporam-se as intensidades e silenciam-se os encontros fugazes.

“Em Liquid Love (Amor Líquido), eu exploro o impacto dessa situação nas relações humanas, quando o indivíduo se vê diante de um dilema terrível: de um lado, ele precisa dos outros como do ar que respira, mas ao mesmo tempo, ele tem medo de desenvolver relacionamentos mais profundos, que o imobilizem num mundo em permanente movimento.” (BAUMAN, 2003).

²⁵ Reflexão pessoal, de minha autoria, inspirada nas aulas – ensinadas e feitas – de Movimento Autêntico e Conscientização do Movimento.

O fluxo livre de movimento em constante transformação se excede quando o estabelecer a duração do corpo se confunde com o corpo duro ou com o seu contrário – o corpo líquido onde nada permanece. As transformações de vida em contínuos estados de vir a ser apresentam desejos *rasgantes* de se apegar a verdades ou de não se entregar a nada. Como podem então se dar as formas de resistência a partir dos modos de subjetivação na relação íntima com o mundo em que vivo?

Para Pelbart (2007), o enfrentamento das intervenções no corpo, na vida, na “vida nua” pode ser efetivado através do que ele denomina biopotência²⁶. O autor relata que essa força de resistência emerge nos dias atuais em diversas manifestações de subjetividades comprometidas com seus modos singulares. Assim podemos dizer que no processo de subjetivação contemporâneo tanto a dimensão da sujeição como a da resistência estão presentes. Como nos lembra Sant’Anna (2002), Foucault não descreve os modos de realização do poder contemporâneo para forjar modos de salvação aos massacres engendrados, mas para nos fazer perguntar, problematizar e pesquisar quais os meios que os poderes utilizam para o exercício de sua força.

Lançar-se no desconhecido do corpo com o intuito de ampliar a consciência pessoal e se deparar com fronteiras sem limites entre experiências individuais e coletivas é uma possibilidade para sustentar a angústia de viver, as tensões das presenças, o auto-conhecimento, a construção diária de si em encontros. Termos a alegria de um súbito sentimento de pertencimento, que dá sentido ao que a razão, muitas vezes, nos tira, pode ser alimento de vitalidade para que trilhas sutis, ditas culturais, criativas, se criem em grandes campos de concentração. Palavras já sem sentido, provindas de terras inférteis e sem sentido.

Não mais o corpo-máquina, o corpo que precisa estar funcionando de uma maneira correta para que realize as atividades diárias, mas um movimento que se cria em sua própria singularidade e por isso se expressa de forma única e espontânea. Não mais um corpo de operário, ou de bailarino, mas um corpo possível em sua criatividade, seja ele de quem for, em que estado esteja - em equilíbrio, desequilíbrio - mas que encarne o gesto espontâneo / autêntico. Gesto que vibra e se relaciona criando movimento em seu entorno – estranhos (e) familiares jeitos de ser. O movimento do corpo não mais visto como ajustamento postural, mas flexível na consciência de seus estados emocionais, psíquicos, sensoriais, sintonizado em atitudes de escolhas na multiplicidade de expressões.

²⁶ Pál Pelbart que caracteriza como a capacidade do vivo em afirmar-se como existente.

Considerando a experiência corporal uma poesia do movimento e o gesto consciente uma possibilidade de corporificação dos momentos de *insights* e construção de pensamentos vivos, debruçar-se no campo do encontro entre o “Pensamento Movente” e o “Movimento Sensível” é ensaiar uma poética do corpo. Uma proposta para mais longas e intensas investigações.

*“Passa perto um zumbido de pensamentos.
Acato as palavras como colho flores: pelo cheiro”²⁷.*

²⁷ Poesia minha.

ANEXOS

Depoimentos das aulas de Improvisação/ Movimento Autêntico Alunos da Pós-Graduação – anos de 2007, 2008 e 2009.

Depoimento 1:

ALUNA: Helena Matriciano Xavier de Lima
Rio de Janeiro março, abril e maio de 2007

Primeira Aula:

No começo, quando fechei os olhos fiquei um pouco ansiosa e tonta. Já tínhamos nos aquecido com uma improvisação que estava gostosa de fazer. Quando nos colocamos na roda não sei por que me bateu uma sensação de solenidade... Aceitei o contato dos outros movedores, mas alguns me incomodaram bastante porque me senti invadida. Mantive mais ou menos o mesmo fluxo de movimento (contido quase o tempo todo). Não consegui achar o meu lugar de volta na roda de olhos fechados (mas depois também descobri que não precisava, na verdade eu não tinha prestado atenção suficiente nas regras e achei que eu deveria voltar para o mesmo lugar). Apesar destas sensações achei que, no futuro, poderia gostar da dinâmica e desejei ser Testemunha. Fiquei um pouco triste no final, pois somente eu estava angustiada. Ouvi vários depoimentos dos colegas sobre o exercício com palavras e frases do tipo:

- transição
- recreação
- abertura
- prazer na “cosquinha”
- força
- rigor
- falta de distância entre desejo e movimento
- vontade de brincar com o corpo do outro

Percebi que todos estavam mais ou menos satisfeitos e com uma sensação de alegria e prazer que eu não tinha sentido. Mas ainda assim gostei “filosoficamente” do exercício. Não. Acho que gostei foi da frase “fechar os olhos para enxergar melhor”.

Palavra definidora: angústia.

Outros dias descritos na ordem cronológica:

Fiquei cansada de estar de olhos fechados e com “preguiça” de me movimentar. Em compensação a sensação de angústia diminuiu. Estive menos receptiva aos “contatos” e não hesitei em evitá-los, mas houve um momento em que me deu uma grande sensação de alívio e descanso encostar-me num outro movedor. O som foi algo que me chamou mais atenção também. Ao ouvir algum outro movedor iniciar um estímulo sonoro muitas vezes desejei respondê-lo com movimento ou outros sons. O som vindo da rua também me chamou mais atenção. Participei com mais tranqüilidade desta vez.

Palavra definidora: cautela.

1ª vez como Testemunha:

Fiquei muito preocupada com os Movedores achando que podiam se machucar uns aos outros. Também fiquei decepcionada, pois pensei que ia adorar este lugar da Testemunha. Senti sono e um pouco de raiva de mim mesma porque não senti aquela “alegria toda” que percebi que a maioria sente ao se moverem de olhos fechados. Ainda gosto mais dos improvisos de antes da roda...

Palavra definidora: decepção.

Sendo Testemunha e Movedora no mesmo dia:

Fomos todos Testemunhas e Movedores. Foi o melhor dia para mim. Também praticamos ser Testemunha de um único Movedor. Ficou muito clara a minha dispersão. Não consegui me concentrar apenas no meu Movedor. Não fiquei chateada comigo mesma por ser dispersa... Gosto mais da prática a partir de agora!

Palavra definidora: prazer.

Última aula:

O movimento é imprevisível. Hoje achei que mal conseguiria me mover, estava cansada, com o corpo pesado, sentindo sono... Mas a experiência me mostrou o

contrário. Comecei o improviso devagar, com movimentos pequenos e quase sem sair do lugar e depois, quase sem querer estava solta, quase com vontade de correr. Como Movedora na roda do “Movimento Autêntico” fui ousada, isenta de medos ou limitações. Foi o dia mais prazeroso de trabalhar. Fui Testemunha também, alternando entre estar na roda e fora da roda, mas hoje em especial preferi mover. Medo nenhum, angústia nenhuma. Nada me perturbava, nem outros movedores, nem os olhos fechados, nem as sensações que perpassavam por mim... Nem o caos.

Palavra definidora: entrega.

Observações finais:

Das práticas de movimento das quais participei penso que o “Movimento Autêntico” foi o mais transformador. Percebi em mim uma mudança de expectativa e atitude diante da prática e de mim mesma muito significativa. Acredito que isto tenha acontecido devido ao fato de estarmos em movimento e de olhos fechados. O *juízo* estava sendo posto a prova a todo instante. Mesmo o participante da roda que está de Testemunha precisa pensar sobre não julgar o tempo todo. Achei um exercício muito interessante e revelador. Aprendi a ter um pouco mais de tolerância e paciência comigo mesma. Não sei se acontecesse de eu não me entrosar com a prática se ela teria o mesmo efeito, mas enfim acredito que sim porque mesmo antes do dia final no qual eu adorei participar de todos os momentos eu já estava percebendo mudanças de atitude e até, e principalmente, de movimentação. A cada encontro eu parecia estar indo na minha própria direção. E hoje entendo a *angústia* inicial que depois passou por outros sentimentos até chegar à *entrega*. Acho que é isso: o “Movimento Autêntico” é mover-se para dentro de si com a cumplicidade mesmo que apenas indulgente do outro, Testemunha ou Movedora.

Depoimento 2:

ALUNA: Beatriz Lopes

Rio de Janeiro, 2009

Em 2003, cursei o primeiro ano do curso técnico e, agora, retorno à escola. A volta marca o início de um novo tempo: de aberturas e encontros distintos. As palavras de Drummond ajudam a descrever a minha busca neste momento:

“Certos espíritos dificilmente admitem que uma coisa simples possa ser bela, e mesmo ainda que uma coisa bela é necessariamente simples, em nada comprometendo a sua simplicidade as operações complexas que forem necessárias para realizá-la. Ignoram que a coisa bela é simples por depuração, e não originariamente; que foi preciso eliminar todo o elemento de brilho e sedução formal (coisa espetacular), como todo resíduo sentimental (coisa comovedora), para que somente o essencial permanecesse. E diante da evidente presença do essencial, não percebendo, até mesmo fugindo a ele, o preconceituoso procura o acessório, que não interessa e foi removido. Mais pura é a obra e mais perplexa a indagação: - Mas é somente isto? Não há mais nada? - Havia, mas o gato comeu (e ninguém viu o gato).”

Carlos Drummond de Andrade

Através da proposta do curso, tentei buscar a possibilidade de depuração de mim mesma. A dança me traz essa possibilidade e, também, a de “lapidação” da minha experiência sensível. “Lá de onde eu vim”, o sensível nunca pôde ter muito espaço. Tentar construir um *Ethos* (morada) que comporte e acolha essa experiência sensível tem sido a base de todas as minhas experiências afetivas e a minha maior busca. E fica a questão: como aprender a viver fora do controle da razão?

As aulas de “Movimento Autêntico” me proporcionaram um novo contato com essas experiências sensíveis e me trouxeram a possibilidade de criar “de dentro” dos limites propostos pelo trabalho. Vem à cabeça, a idéia de que a aceitação da “realidade-tal-como-ela-é” é a primeira tarefa para a possibilidade de construção de um movimento autêntico, de um desenho autêntico no processo ininterrupto da estética de ocupação geográfica da cidade (processo civilizatório). Enfim, aceitar a realidade é o primeiro passo para fazer algo que possa ir transformando-a numa direção mais interessante.

Queria relatar experiências que ilustram bem o que as aulas de improvisação me proporcionaram: pensei no conceito Deleuziano de rizoma como algo tridimensional. Como se a vida fosse milhares de túneis infinitos que se cruzam o tempo todo. As paredes desses túneis são limites dados, são paredes, mas também podem ser um contorno. Em um certo momento que fizemos a roda, no instante de silêncio antes do sino tocar e podermos habitar o seu interior como movedores, preenchi seu centro com uma grande massa branca. Logo, ela ganhou o formato de

inúmeras formas brancas circulares. Eram formas circulares maleáveis e acolhedoras. As sensações que vivi foram incríveis. Passear por entre essa massa branca e não haver um espaço vazio porque sempre existiam círculos que, imediatamente, a cada mínimo movimento, se moldavam ao meu corpo, foi delicioso. Uma possibilidade distinta que encontrei de lidar com as minhas próprias fantasias. Como se elas pudessem vir a fazer parte de uma criação, de uma obra.

Outra experiência foi a proposição do “eu vejo, eu sinto, eu imagino”. Aprendi com Spinoza que “você pra mim é apenas a idéia de uma idéia”. Essa proposta traz a possibilidade de fazermos uma “espécie de exercício de separação” do que num encontro sou eu e do que num encontro é o outro. A testemunha dar o retorno ao movedor “dentro desse formato” traz uma possibilidade de distinção que considero fundamental na relação com o outro. O jogo de movedor e testemunha foi pra mim uma grande metáfora da vida. A proposta do curso (de improvisação) me deu a possibilidade de rascunho de um desenho maior que começo a fazer da/na minha própria vida. Poder rascunhar em um espaço que comporte um “desconforto acolhido”, é sempre oportuno e engrandecedor, já que na vida nem sempre é o que encontramos nas diversas esferas que temos de lidar e “nos virar”. Nunca esqueço da frase que ouvi certa vez da Angel: “experimenta aqui dentro que depois lá fora fica mais fácil”. Por mais que tenha havido desconforto, foi um desconforto acolhido. E isso foi essencial para o aproveitamento da proposta de trabalho.

O atravessamento entre arte (criação de si) e terapia (cuidado de si) é essencial para a continuidade desses dois meios que se encontram e expandem seus limiares ininterruptamente através das experiências que nos proporcionam. Acredito que dessa forma seja possível manter vivo o caráter mais excelso da vida: a vivacidade, a alegria .

Depoimento 3:

ALUNA: Vanessa Fonseca
Rio de Janeiro, 2009.

Minhas reflexões a partir de minha experiência no “Movimento Autêntico” foram divididas em dois aspectos: encontro comigo mesma e encontro com o outro.

Através das aulas entrei em contato com o que a minha formação acadêmico-humanista-racionalista me distanciou: as minhas sensações e o meu corpo. Tive o conforto de não ficar presa a uma cadeia de significados e explicações que me leva, muitas vezes, a relativizar o que sou e a me perder

de mim mesma. As leituras são feitas sobre o que se passou naquele momento. Com o movimento, está ali, eu sinto. Ele me move, as minhas sensações me movem. Eu sinto, é isso. Basta prestar atenção no corpo, nos sentimentos e sensações, e aprender a traduzi-los sem interpretações ou explicações. É mais fácil inclusive pensar o que fazer quando eu percebo de fato o que estou sentindo e não tenho como duvidar dos meus próprios sentimentos.

O movimento, esse nos põe como testemunhas de nós mesmos, ajuda-me a prestar atenção nos desejos do meu corpo, antes de passar pelas censuras e formas aprendidas desde muito pequenininha. A testemunha interna me ajuda a suspender o controle sobre cada movimento. Esqueço o que eu antecipo, o que eu planejo, e brinco de provocar e de me deixar entregar. O pensamento age para captar o que acontece, para me ajudar a testemunhar e não para me fazer explicar ou antecipar minhas ações, criando defesas ou cristalizando movimentos que são do meu cotidiano, que são os que eu permito fazer com o meu corpo. E nesta brincadeira de me provocar ou me entregar, eu descubro as minhas resistências e posso me modificar.

Ao “deixar ir” descobri alternativas, descobri inúmeras possibilidades para meu corpo, que experimentou, ao mesmo tempo, peso e leveza, medo e atração, virou elástico, espaguete, vibrou, se expandiu, entrou em contato com o espaço. Meu desejo de expansão provocado pelo movimento me fez trocar móveis de lugar em casa. Ao testemunhar internamente e ampliar meu contato comigo mesma, senti solidão. Mas não uma solidão vazia. Essa dói. Mas uma solidão feliz, que me preenche, me faz aprender e me dá o prazer do encontro comigo mesma. Neste movimento, produz-se uma desconstrução, ao mesmo tempo acompanhada de uma construção. É uma possibilidade de pesquisa para as críticas que se faz às ações sociais que buscam desconstruir comportamentos e atitudes há muito tempo enraizadas: “e então, provocou, desnaturalizou, e o que faço agora?”, “como pesquisar o meu desejo, se descubro que sou marcada por normas sociais, pela mídia, pelo grupo, etc, etc...?”

O movimento me ensinou que o corpo tem memória, uma memória que trabalha durante mais tempo e que mostra o que nos dá prazer ou o que não está bem, o que precisa ser recuperado ou esquecido. O que precisa ser esquecido, precisa sê-lo também no corpo. E no movimento que nos põe em contato com o outro, descubro-me em uma relação. Isto aparece sem grandes esforços de memória. Está ali. A relação se apresenta. Na testemunha externa, trabalha-se a liberdade, coletivamente. Mais uma possibilidade de pesquisa para que processos político-terapêuticos em grupo, que buscam a liberdade, não esbarrem em generalizações rasas e projeções, ao dar o retorno para o outro sobre seu processo. “Eu vejo”, “eu

imagino”, “eu sinto”, três frases mágicas que ajudam a separar o que é meu, no retorno que eu dou para o outro. Exercício de sinceridade e espontaneidade, que respeita a liberdade do outro de ser quem é. Sem a falsa neutralidade geradora de relações de poder - o suposto neutro que tem o poder de me dizer quem sou e o que devo fazer, e ao qual me subjugo sem desconfiar de sua implicação. E assim, ao dar este retorno para o outro, permito-me modificar, repensar minhas percepções e me descubro, tomo consciência de mim mesma, falo sobre mim mesma. O que é dito sobre mim, não precisa ser tomado como verdade, mas como possibilidade de investigação. Não preciso negar se não concordo. E isto ser tomado como negação, aquela que evidencia e nos coloca nas caixinhas óbvias de interpretação do ser humano.

Para a possibilidade de nossa expressão autêntica em nossa vida coletiva, os retornos dados pela técnica do “Movimento Autêntico” nos ajudam a aumentar, a partir de outras visões, o conhecimento sobre o que estamos vivendo. Os retornos não parecem um instrumento de controle que, muitas vezes, acaba gerando um sistema de tolerância recíproca em que, a obstrução da comunicação põe em risco a relação com o outro, tal como nos diz Roberto Freire. Os afetos, as interpretações estão separadas, possibilitando uma reflexão mais crítica sobre o que estou ouvindo sobre meu movimento e, sendo evidente que o que ouço não é o que é, posso fazer escolhas de maneira mais livre. Ajudam assim, no processo de auto-gestão do grupo.

Para mim, o trabalho de testemunha externa e de movedor, traz uma possibilidade de investigação para o que Félix Gattari (1990) e Peter Pál Pelbart (2003) falam sobre a busca da singularidade na vida em comunidade. A comunidade não é constituída por um corpo homogêneo, mas um espaço em que se possibilita a expressão de infinitas singularidades. Mas como respeitá-las sem cair na sedução e facilidade de pensar os indivíduos a partir de uma estrutura única, comum?

Para finalizar, o contato com o outro através de um movimento que busca ser livre, sem controle ou antecipação, ajuda-me a ensaiar uma comunicação direta, rápida e clara nas minhas relações cotidianas. Na relação com o outro, eu me recio a todo momento. Deixo de lado minhas defesas, meus pré-conceitos e posso ensaiar responder a partir do que está se apresentando no momento. Pode ajudar a flexibilizar as relações de poder no próprio movimento, nas ações do meu dia-a-dia.

GUATTARI, Félix. *As três ecologias. *Campinas, SP: Ed. Papyrus, 1990.
PELBARD, Peter Pal. *Vida Capital ensaios de biopolítica. *São Paulo: Editora Iluminuras, 2003.

Depoimento 4:

ALUNO: Vandr  Vitorino

Rio de Janeiro, 2009.

Quero saber as palavras. Procurar palavras para as minhas sensa es, os meus processos de cria o. Palavras que movam outras pessoas e a mim. Palavras para serem ditas. Eu preciso falar não. Eu preciso falar. Neste momento, a tristeza, o ar, o vento, a boca, o peito, a garganta me movem. Meu cheiro me move. Arrepio. Arrepio sucessivamente. Tocar e ser tocado pelo vento me move. Ser tocado por outras pessoas e recusar o toque me move. Quero escolher ser tocado. Escolho. Aproprio-me da necessidade de ser individualista e digo: não. Não quero ser receptivo. A palavra se fez e se faz experiência e sensa o. Algo escorre para fora da garganta, vomita. Quer sair. Quer ser ar. Fluxo. Movimento.

O Ato de escrever sobre o “Movimento Autêntico”  , antes de tudo para mim, uma prática do testemunhar minha experiência, meus pensamentos, o fluxo da escrita, as palavras que escolho e as que me escolhem. Observar os desenhos das letras, o ritmo, o surgir e apagar das sílabas na tela do computador. Notar que estou com frio e de pernas cruzadas enquanto escrevo. Testemunhar a cria o de rela es e estar em rela o com o que sinto, vejo e imagino ao ler o relato acima e poder me emocionar diante a presença ou ausência do julgamento.

O que me move hoje, neste momento? Que sensa es? Que tempo e espaço me movem? Que vontades? Vontades de escrever e ler. Algo que descreva o que   fazer movimento autêntico para mim. De forma caótica e organizada as frases se territorializar o no mesmo instante que as escrevo, e reescrevo em mim e no texto. Penso em escrever o que   mover e duvido do momento. Fico esperando outros agenciamentos, mas me entrego. Mover   entregar-se ao acaso, fugir, correr, arriscar. Se envolver em fluxo de pensamento, vontade e desejo. Viver e reconhecer sensa es, a es, sentidos, e também, sustentá-los, abandoná-los, esgotá-los, encontr -los e ser encontrado. Delírio. Entrega. Relacionar-se consigo e com o outro.

A cada parágrafo meu corpo move partes, membros. Espaço interno e externo. Deixa-me preocupado, alegre, ansioso. Revive memórias, voltando-se os relatos escritos no caderno. D  vida, presença às minhas a es. Produz sensa es em palavras e imagens. Vive-se tempos diferentes. Produz a palavra ar. Liberdade. Vontade de ter vontade. Mover   estar livre. Mover   movimento autêntico? “Movimento Autêntico”   o campo, espaço e tempo onde me permito e descubro ser o próprio mover.   a possibilidade de expandir e modificar meus espaços internos e

externos. Vivenciar e apropriar-se da potência dos sentimentos e sensações. Sentir a falta de controle sobre as coisas. O medo de enlouquecer. De não voltar mais para o real. De ser irreal e real ao mesmo tempo. Ser sensações. Que palavras ele me produz? Muitas. Despotencialização do julgamento. Valorização do processo. Intimidade, singularidade, individualidade. Alteridade. Relações da minha vontade e entrega. Limites e criação. Pensamentos, sensações e movimento autêntico. Dança, movimento e pensamento. E outras diversas que ainda não foram escritas pela experiência. A prática da Testemunha e do Movedor no “Movimento Autêntico” tem me possibilitado relacionar e questionar esses variados acontecimentos seja no plano do discurso ou do mover. Que contorno eu tenho dado a essa prática? Como dar contorno às experiências através das palavras?

A experiência do mover e escrever afeta a vida. Cria distanciamento e aproximações. Afeta o outro e a mim. Configura relações de tensões das quais meu corpo se constitui, expressa, afeta e é afetado. Traduz a multiplicidade do ser em mim, no outro e do outro. Enquanto escrevo vejo e me percebo. Experimentar o ver e ser visto e perceber e ser percebido no “Movimento Autêntico” e na vida cria um campo, um lugar de presença e de existência, uma construção de espaço e tempo e de troca, um contorno. Todos esses verbos e palavras só se tornam possível se há relação, e se estou em relação com elas. Agrupo meus pensamentos, faço agenciamentos e os escrevo. O pensamento ganha letras, forma, um continente. Será que todas as relações abarcam quaisquer verbos e frases? A meu ver, nem toda relação estabelece contorno para isso, mas todo contorno estabelece uma relação entre. Sinto, portanto, nesse momento, o desejo: *quero saber as palavras* da experiência. Há contorno na palavra pra dizer sobre a experiência do corpo?

O que é contorno? De que contorno eu falo? O que ele me proporciona? Quando não se tem contorno? O contorno é uma fronteira relacional, um limite do campo que descreve uma área como a relação figura e fundo de um quadro. O contorno delimita um espaço de convivência, territorializa minha experiência. E, portanto, me proporciona estar em relação. Vivenciar um corpo que se relaciona com o outro é, experimentar, identificar e lidar com o que do outro há em mim, o que de mim há no outro e o que se torna diferente a cada instante em mim, no outro e no entre dessa relação. Estar em relação me permite experimentar, conviver, diferenciar, afetar e ser afetado, criar conexões corporais, integrar o corpo que dança, fala, anda, sente e que se relaciona com o mundo à vida.

Com a experiência do “Movimento Autêntico” eu vivenciei a falta de contorno enquanto movedor. Vinculo essa perda há falta de controle. Não há contorno se houver descontrole. Nesse caso, atribuo à Testemunha a responsabilidade pelo contorno entre Testemunha e Movedor, porque o contorno externo e interno ao

Movedor que não o pertence mais enquanto corpo ainda é corpo da Testemunha. O Movedor é pura sensação, linhas de fugas que contraem e se dilatam, extravasam e atravessam um possível contorno amorfo. Vive uma espécie de contorno borrado, desconfigurado, sem bordas definidas. Porém, configurar tal continente de um contorno-sensação ou contorno-descontrole não é estabelecer contorno? Ter consciência e sustentar o descontrole não é dar contorno a ele? Quem responde a estas questões é a Testemunha Interna. Ela estabelece e mantém o contorno entre o Movedor e o descontrole, e aos enredos relacionais implicadas a esses dois sujeitos. Assim como, me informa que falar ou saber escolher as palavras de um testemunho sobre o descontrole é diferente de vivenciá-lo. Os dois constituem um continente, um contorno. Como aproximar a palavra da experiência? Poderia dizer que há uma gradação de contorno. De um totalmente riscado e delimitado a outro diluído, quase transparente, sem limites. Mesmo assim não consigo expressar e escrever o que é. Se testemunhar enquanto está descontrolado é vivenciar um contorno sem contorno. Uma Testemunha Interna sem contorno das palavras, mas com o contorno do acontecimento em si, no instante presente em que se realiza. Um contorno preenchido por palavras desconhecidas de um território que diz que não há contorno se houver descontrole.

A criação de novas palavras, poéticas livres e novos ritmos de frases é uma possibilidade de expressão dos impossíveis do corpo. Utilizo-me da potencialização de depoimentos em fluxo de pensamento tão desordenado, com lógicas próprias e contornos descontrolados para se aproximar a palavra da experiência. O que sinto é a vontade de mover e ser movido pelas palavras. De compartilhar os registros escritos em fluxo após experiência do mover. E, por fim, de compor um depoimento sincero: *Hoje senti o ato de chorar. A produção das lágrimas. O escorrer dos líquidos nasais e bocais, uma imanência do babar. O percorrer da lágrima em meu rosto que não era triste, mas uma constatação das próprias reações e ações do meu corpo ao me propor ficar parado, fixado, num mesmo lugar. Não queria sair do movimento autêntico. O sentido encontrado no mover pertence mais a meu corpo que a minha vontade de dar sentidos à realidade. O sentido é ação, o movimento pensante do corpo.*

BIBLIOGRAFIA:

ADLER, Janet. "Preface". In: *Offering from the Conscious Body – The discipline of Authentic Movement*, Rochester, Vermont: Ed. Inner Traditions, 2002.

ADLER, Janet. *Dance Movement Therapy – A Healing Art*. Org. Levy, Fran J., AAHPERD, 1992.

ADLER, Janet. *Archiving Backward. The Mystical Initiation of a Contemporary Woman*. Rochester, Vermont: Ed. Inner Traditions, 1995.

ARTAUD, Antonin. *O Teatro e seu Duplo*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

BACHELARD, Gaston. *A Terra e os Devaneios do Repouso: Ensaio sobre as Imagens da Intimidade*. São Paulo: Ed. Martins Fontes, 1991.

BARTHES, Roland. *Fragments de um discurso amoroso*. Trad. Márcia Valéria Martinez de Aguiar. Ed. Martins Fontes. São Paulo: 2007.

BAUMAN, Zygmunt e GARCIA, Maria Lúcia. Entrevista à Zygmunt Bauman. *A Sociedade Líquida*. São Paulo: Folha de São Paulo 19 de outubro de 2003.

BORGES, Hélia. *Sobre o movimento: o corpo e a clínica*. Tese. Doutorado. Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, do Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2009.

DELEUZE, Gilles. *O Abecedário* in <http://www.ufrgs.br/corpoarteclinica/obra/abc.prn.pdf>

_____. *Conversações*. São Paulo: Ed. 34, 1992.

_____. *Crítica e Clínica*. São Paulo: Ed. 34, 1997.

FRANTZ, Gilda, *An Approach to the Center. An Interview with Mary Whitehouse*. Published in *Psychological Perspectives*, Vol. 3, no.1, Spring 1972.- In: *Authentic Movement – Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow* – Edited by Patrizia Pallaro, NY, 1999.

GIL, José . *Movimento Total. O Corpo e a Dança*. São Paulo: Ed. Iluminuras, 2005.

Haze, Neala and Stromsted, Tina. "An Interview with Janet Adler". In *The American Journal of Dance Therapy*, Vol.16, no. 2, Fall/Winter 1994. In: *Authentic Movement – Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow* – Edited by Patrizia Pallaro, NY, 1999.

HOUAISS, A., *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JOHNSON, Dom Hanlon. *Boné, Breath & Gesture. Practice of Embodiment*. CA: Editora North Atlantic Books, 1995.

JUNG, C.G. *Memórias, Sonhos, Reflexões*. Compilação e prefácio de Aniela Jaffé. Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 1963.

JOHNSON, Dom Hanlon. *Boné, Breath & Gesture. Practice of Embodiment*. CA: Editora North Atlantic Books, 1995.

LARROSA, Jorge. *Nietzsche e a Educação*. Belo Horizonte: Ed. Autêntica, 2002.

LEVY, j. Fran. *Dance Movement Therapy. A Healing Art*. American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, VA, 1988.

MARTINS, Luiz Alberto Moreira. *Da disciplina ao controle: tecnologias de segurança, população e modos de subjetivação em Foucault*. Dissertação de Mestrado. Departamento de Psicologia. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2007.

POLO, Juliana. *Angel Vianna através da história – a trajetória da dança da vida*. 8º bolsa de Pesquisa RioArte, 2005.

RANCIÈRE, Jacques. *O desentendimento: política e filosofia*. São Paulo: Ed. 34, Coleção Trans. 1996.

_____. *A Partilha do Sensível. Estética e Política*. Rio de Janeiro: Ed. 34, 2005.

TOMAZ, Tadeu. "Tinha Horror a tudo que apequenava..." In *Revista Educação, Deleuze n.6*, p.6. São Paulo: Ed. Segmento, 2008.

VIEIRA, Jorge de Albuquerque. *Teoria do Conhecimento e Arte. Formas de Conhecimento: Arte e Ciência. Uma Visão a Partir da Complexidade*. São Paulo: Ed. NESC PUC/SP, 2006.

WHITEHOUSE, Mary. *Physical movement and personality*. Paper presented at the meeting of the Analytic Psychology Club of Los Angeles, 1963.